

职业高中体育教学中融入拓展训练的探索分析

王登琦

(辽宁省大连市普兰店区职业教育中心)

[摘要]职业高中体育教学也是其基础性的重要科目之一,能够帮助学生身心健康发展,从当前的职业高中体育教学现状中可以看出,其中许多教学环节都已形成固定模式,未能有太多创新点,已逐渐无法满足职业高中学生的需求。因此,职业高中体育教学需要融入新的元素进行改革和发展。本文对拓展训练与职业高中体育教学的融合展开探讨,分析其中的必要性和可行性,帮助职业高中体育教学达到更高效的教学成果。

[关键词]职业高中体育;拓展训练;融合

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.04.712

引言

体育教学是职业高中学校所强调的一项基础科目,随着当前教育改革的逐步推行,传统体育教学的问题逐渐暴露出来,在传统的教学模式难以满足学生对体育教学的需求时,就需要融入新的元素加以创新和发展。拓展训练的提出,给职业高中体育教学提供了新的路径。这一方法在具体的实施过程中,需要给出明确的思路与实施策略,针对这一问题,本文作出必要性的探析和研究,希望能够帮助职业院校体育教学获得更加高效的教學成果,促进职业院校高中生身心高水平发展。

1. 拓展训练在职业高中体育教学中的应用价值

拓展训练是相对于传统的体育教学项目而言的,在传统体育教学的固定模式下,依靠拓展训练来进行突破与创新,是十分有必要的。首先,职业高中体育教学的最终目的是实现学生身心健康发展,增强学生体魄,提高其耐性和韧性,从这一角度来说,拓展训练与传统体育教学项目没有差别,都是对学生的体力和意志的训练和培养。其次,拓展训练的种类和方式多样,相较于已经没有新意的传统体育教学项目,拓展训练可以极大程度上促进学生的体育锻炼兴趣,并在兴趣中获得有效实践,通过不同种类的拓展运动,团队合作精神、拼搏精神等都能得到不同程度的锻炼和发挥,并且拓展训练也更加方便学生进行运动,一些训练项目对于学生的体质、器材要求都不是很高,具有相当的灵活性。此外,拓展训练还可以根据学生的个体情况调整具体的教学项目,具备“因材施教”的特性,在教学成果上效果更加显著。根据以上情况,拓展训练具有很高的应用价值,在职业高中体育教学中,将拓展训练融入其中,能够保障学生身体与心灵的双重压力得到释放,身心健康同步发展。

2. 职业高中体育教学中的问题分析

2.1 体育运动项目匮乏,活跃度不高

相较于主要学科学业,职业高中对于体育科目的重视程度远远不够,也就导致在体育教学过程中,仅保留了原有的一些简单的体育项目,包括跑步锻炼、羽毛球、乒乓球等,学生对于这些项目都比较熟悉,也具有了一定的基础,除个别对其抱有感兴趣的学生之外,大多数学生早已厌倦了这些体育运动项目,在体育课上参与度和活跃度都不高,往往都是老师要求,不会自主进行体育运动。更有很多学生由于身体原因,并不愿意参与到体育运动中来,由此就会导致体育由原来放松的科目变为了压力较大的科目,学生对其的排斥性和抗拒性更大,往往会借各种借口逃避上体育课。

2.2 被其他娱乐项目吸引,不愿运动

随着电子技术的腾飞,现在的学生几乎人人都会玩电子游戏,职业高中学校的这种情况更加普遍,许多学生更倾向于坐着玩电子游戏或是看视频,不愿意做体力消耗巨大的体育运动,使得这些学生的身体素质比较差,在体育课上的表现不高,往往仅做了少量运动就会身体不适,进而更加抗拒体育运动。

3. 职业高中体育教学融入拓展训练的实施策略

3.1 明确训练内容

职业高中学校与普通高中学校不同,一些早已决定了学生在未来的工作岗位上可能会遇到高强度的工作情况,而具体

的作业情况又有所不同。体育教师需要针对个人专业的不同,设置不同的拓展训练项目。例如,在对全体学生进行普遍教学时,可以通过一些安全系数比较高的实战型训练项目,来锻炼学生的应急能力、耐性和团队合作能力,如定向越野、食物水源识别、团队竞争等。在面对特殊专业学生,如建筑专业的学生,就要为他们提供特别的攀岩训练项目,为他们未来的高空作业打下基础,同时也要提升学生的安全意识和责任意识,保证个人和他人的生命财产安全。一些未来水下工作者,教师可以加强他们的游泳训练、潜水训练,通过水下训练,提高学生的身体素质。

3.2 开发拓展训练场地设施

一些拓展训练的设施要求较高,需要由专业的场地和设备支持训练开展,对此,学校可以利用各方资源进行搭建。首先,一些学校如果自己拥有足够的资金支持和人才支持,就可以自主搭建拓展训练的场地和设施,一些简单的辅助性训练设备也包括在内,可以让学生在课余时间自由活动。其次,学校可以依照自身的地理位置和地形优势,为学生提供天然的训练场地,例如定向越野,只需要设置个别定点和跟踪设备,就可以让学生参与到其中。最后,学校可以汲取社会资源进行设施的建设,与社会上的公司或组织进行互惠互利的合作,在不影响学生的个人利益情况下,让企业对设施项目建设进行投资,学校为其提供应有的服务。

3.3 吸纳专业人才,组建拓展训练教师团队

拓展训练的顺利开展,专业的教师团队是必不可少的,一些项目仍然具有一定的危险性和知识性,需要教师首先对学生进行行为规范和知识讲解,才能够正式开始。因此,学校要将拓展训练融入体育课堂,就必须首先要组建专业的拓展训练教师团队,通过资格审核和项目实践来确认教师拥有足够的能力胜任拓展训练的教师岗位。对外学校可以通过公开招聘,吸纳更多专业性和经验丰富的人才,帮助学生组建更加专业、完善的教师团队,从而保障学生的人身安全和健康发展。另外,学校也可以向其他已有成功案例的学校获取相关经验,帮助自身完善体育教学。

4. 结语

综上所述,职业学校的体育课堂教学情况已然处于故步自封的状态,要想提高体育教学的整体水平和教学效果,就要进行合理的创新与发展,将拓展训练融入进职业高中体育教学之中,可以有效让学生更具兴趣进行体育锻炼,从而提高体育教学课堂的参与度与活跃度,促进学生的身心健康全面发展。本文就如何将拓展训练融入职业学校体育教学课堂提出了几点建议,包括明确训练内容、开发拓展训练场地设施以及吸纳专业人才,组建拓展训练教师团队,希望能够帮助职业高中的体育教学得到改善。

参考文献

- [1]张萍.关于在职业高中体育教学中融入拓展训练的思考[J].文理导航(中旬),2011(06):85.
- [2]廖丙发.浅议在高中体育教学中融入拓展训练的必要性[J].新课程(下),2018(06):150.
- [3]圣建明.拓展训练在高中体育教学中的融入研究[J].成才之路,2016(15):98.